



37.2℃！热度刷新十年纪录

济南连发高温预警，想凉快要等两三天



5日的济南街头，简直无处可躲。 本报记者 周青先 摄

网友的话

蓝精灵:热得想吹空调和风扇，不争气的关节却需要温暖，和我一样矛盾的举动。

Elaine:济南热得躺马路上撒点孜然辣椒就是串了！

D Aquarius:防晒衣，防晒帽，防晒手套，防晒被全副武装，能不露就不露，遮到妈妈都认不出是谁。不过现在还好，只是温度高，没有闷的感觉，真进了三伏天，一丝风都没有，最受不了！

X.CH在北方:一到夏天就想去海边了。

躺马路上撒点孜然辣椒就是串

徐大寶:刚回济南两天，就用这样的“热”情迎接我，受不起受不起！

jnycbx:老人们常说，吃了端午粽，才把棉衣送。这还没到端午节呢，39℃高温，你是迷路了吗？！

德刚:给太阳做个面罩就行，何必各人遮阳。

倚风赏雪:车到山前必有路，抵挡骄阳自有招。在炎炎夏日里，各行各业的一线工作人员都始终坚守在各自的岗位上，尽职尽责，任劳任怨，向他

们致敬！为他们点赞！

梦里婵娟:热热热，室外热得让人窒息！

纸上谈兵:39℃的济南热得我不想吃饭，在宿舍抱着大半个西瓜继续蒸桑拿，这样的天儿最适合减肥啦！

快乐佩奇:作为一个北方城市，济南你有什么资格热成这样。

童年往事:济南呐济南，网红城市你为什么这么热！

本报记者 孟燕 整理
(有删节)

6月5日，济南市最高温度达到37.2℃，创下今年以来的最高气温，也刷新了自2008年6月7日以来，十年来6月上旬的最高气温！济南市气象局连发高温橙色预警，高温中暑等级升级，市民需注意防范。

本报记者 刘晓

雷雨送凉爽 还得等两天

“感觉又可以上街煎鸡蛋了”，40.5℃的高温确实让人“叹为观止”，但不少市民纳闷，为什么这样的高温却没有七八月份盛夏季节感觉那么热呢？

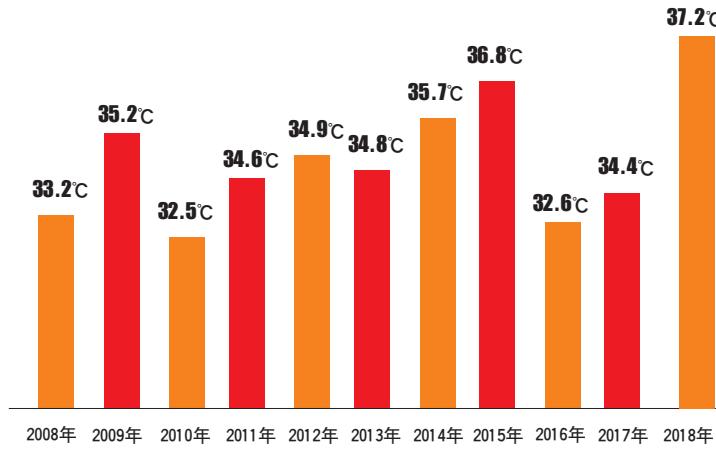
“因为人的体感温度是温度和湿度的一个综合感觉，6月份虽然最高温度达到了一个高值，但基础温度比七八月份低，而且空气湿度比较小，所以体感上会比七八月份凉快一些。”气象预报员介绍，即便如此，有关部门和单位仍应按照职责落实防暑降温保障措施，尽量避免在高温时段进行户外活动，高温条件下作业的人员应当缩短连续工作时间；对老、弱、病、幼人群提供防暑降温指导，并采取必要的防护措施。

济南市气象台6月4日16时发布高温橙色预警信号显示，受大陆暖气团影响，预计5~6日济南市最高气温维持37℃以上，市区部分地区可达39℃左右；7~8日最高气温36℃左右，高温中暑等级较高。

5日11时，济南市气象台继续发布高温橙色预警信号，提醒市民注意防范。那么，5日当天的温度到底有多高呢？济南市气象台的数据显示，5日济南市最高温度37.2℃，是今年以来的最高气温，这个温度也刷新了2008年6月7日以来，十年来6月上旬的最高气温。“5日市区区域站最高气温40.5℃，出现在高新区女子监狱。”气象预报员介绍。

不过，这样的高温天气马上就要得到缓解了。7日，济南市局部地区短时阴有雷阵雨，南风短时北风3~4级，雷雨地区雷雨时阵风7级，最低气温济阳、商河、平阴25℃左右，市区及其他县区28℃左右，最高气温36℃左右。8日多云，南风短时北风3级，气温变化不大。9日阴有雷阵雨，北风3级，雷雨时阵风7级，气温下降到17℃~27℃。10日雷阵雨转多云，北风3~4级，雷雨时阵风7级，气温继续下降至16℃~25℃。

2008年以来每年6月上旬最高气温



济南发布高温“停工令”，40℃以上当日停工 30℃~35℃，也要停工两小时

本报6月5日讯(记者
赵夏晔 通讯员 关学军)

6月5日，为了应对高温天气，确保建筑工地一线作业人员人身健康和安全，济南市城乡建设委员会发布高温时段停工通知：要求各工地在气温达到30℃以上40℃以下时需择时停工，40℃以上时当日停止施工。此外，通知还要求施工单位为工人提供

良好的休息环境及必要的防暑降温用品。

其中，《通知》提出，要密切注意天气情况，务必在规定的高温时段内停止户外作业：气温达到30℃以上35℃以下时，各工地从12时到14时停工；气温达到35℃以上37℃以下时，各工地从11时到15时停工；气温达到37℃以上40℃以下时，各工地从11时到16时停

工；日最高气温达到40℃以上，当日停止施工。

此外，还要根据天气情况合理安排施工作业时间，并为工人提供良好的作业、休息环境及必要的防暑降温用品，严防中暑和食物中毒事件发生。各级安全监督机构要对各施工现场的落实情况进行督察，对不按规定落实的单位，将依据有关规定严肃处理。

科学调血糖，北京权威专家教你怎么做

我市糖友拨打88822335报名，免费领取门票，听专家讲座，领取298元健步鞋一双，报名时间：今日8:00~18:00

6月9日，邓丽丽教授莅临济南，为我市糖友答疑解惑

邓丽丽，女，北京积水潭医院原内分泌科主任、主任医师，发表论文10余篇，现任中华医学会北京内分泌学会委员、北京医师协会内分泌分会常务理事、北京市中西医结合糖尿病分会委员、北京市糖尿病协会理事、中国医师协会内分泌分会第1~2届委员。擅长于糖尿病、甲状腺疾病、甲状旁腺疾病、痛风、肾上腺疾病及垂体

疾病的诊治，老年性骨质疏松及绝经后骨质疏松的诊治，胰岛素泵治疗和糖尿病围手术期血糖管理；肥胖症、糖尿病等慢性疾病的个体化健康管理。

邓丽丽教授指出，相信科学，生命将会在健康和疾病的交界处拐弯，希望大家能够真正了解医学界前沿的发展动向，只要积极行动起来，糖尿病人一样可以过上正常人的生活！

参与本次活动，
有机会领取298元健步鞋

本次活动，为强化糖尿病教育与防治，于6月9日，特邀北京积水潭医院内分泌科主任邓丽丽来到济南，现场为糖友讲授抗糖知识。糖友拨打88822335报名，即可免费领取讲座门票，并有机会领取适用于糖友穿戴的298元健步鞋一双。仅限500个名额，领完即止！



报名电话：88822335